



ألبس طفلك بشكل صحيح عندما يكون الطقس بارداً

لا يكفي الباس طفلك كشخص بالغ عندما تكون درجة الحرارة ١٠ درجات تحت الصفر.

لا يستطيع الأطفال الصغار التحكم في درجة حرارة أجسامهم بكفاءة مثل الكبار، كما أن بشرتهم تكون أكثر حساسية.

بردان ونزق

إذا كان طفلك متضايقاً، فيمكن أن يكون ذلك مؤشراً على أنه يشعر بالبرد أو أنها تشعر بالبرد.

ضع كريم البرد على وجهه/ها إذا كان يشعر بالبرد فعلاً. استخدم كريمات لا تحتوي على الماء.

الرقبة

تفضل الرقبة الفضفاضة التي يتم وضعها على الوشاح.

الطبقة الخارجية

رداء مقاوم للمياه والرياح يسمح بالتهوية. مزلق مناسب لأصغر مقاس. دائماً خذ ملابس مقاومة للرياح عندما تكون في رحلة، ويفضل مع غطاء للرأس.

يُوصى بدعامة للركبتين.

الحذاء

حذاء شتوي مبطن يسمح بالتهوية ويمكنه حمايته من البرد والرطوبة.

الرأس

غطاء للرأس مقاوم للرياح يغطي أكبر قدر ممكن، بما في ذلك الجبهة والخدين والرقبة.

تحقق

تحقق من حول الرقبة واليدين. إذا لم يكن طفلك متعرقاً أو بارداً جداً، تكون درجة الحرارة هي درجة الحرارة المناسبة تماماً.

الطبقة الداخلية

الطبقة الأعمق عبارة عن صوف رقيق.

الطبقة الوسطى

مزيد من الصوف أو يفضل جزء (جزء صوف أو بوليستر)

مساحة لجوارب سميكة أو حتى بطانة واحدة إضافية!

الأطفال الأكبر سناً

استخدم عدة طبقات رقيقة ناعمة بدلاً من القليل من الطبقات السميكة.

الأطفال الرضعا ينبغي اصطحاب الأطفال حديثي الولادة للخارج عندما تكون درجات الحرارة ١٠ درجات تحت الصفر. لا تستخدم كريم البرد على وجه الأطفال الرضع..

تغاضي عن المزلجة

يكون الجو أكثر برودة على المنحدرات، ومن المعروف ان الأطفال يشعرون ببرودة قاتلة مع ارتدائهم للزلجات.

